

Лекция 1. Предмет психологии, ее задачи и методы. Основные отрасли психологии

Психология (от греч. «псюхе» - душа и «логос» - наука) - наука, которая изучает закономерности развития и функционирования психики. *Психика* - свойство мозга отображать объективный мир, выстраивать его субъективную картину и на ее основании регулировать поведение и деятельность человека. Психика обнаруживает себя в различных *психических явлениях*.

Во-первых, это *психические процессы*, с их помощью человек познает мир. Поэтому их часто называют *познавательными* процессами (ощущение, восприятие, внимание, память, мышление, воображение, речь). Выделяют также *эмоционально-волевые* процессы (воля, эмоции, чувства).

Во-вторых, это *психические свойства* (упрямство, работоспособность, эгоизм и т.д.) и *психические состояния* (возбуждение, интерес, меланхолия и т.д.). Они регулируют общение человека с другими людьми, руководят его действиями и т.п. Психические процессы, свойства, состояния человека, его общение и деятельность, составляют единое целое, которое называют *жизнедеятельностью*.

Психология, как и любая другая наука, исследует четко очерченный круг вопросов. Главные из них – это:

- как человек ориентируется в окружающем мире (исследование восприятия);
- как влияет на него приобретенный опыт (исследование процесса овладения знаниями и навыками);
- как он запоминает и воспроизводит то, что запомнил (исследование памяти);
- как решает жизненные задачи (исследование мышления и интеллектуальных способностей);
- как переживает собственное отношение к определенным объектам; к процессу удовлетворения актуальных потребностей (исследование чувств и эмоций);
- как управляет собственной психикой и поведением (исследование процессов саморегуляции);
- почему направляет деятельность на определенные объекты (исследование мотивации) и т. п.

Из истории развития предмета психологии

Долгое время психология не была самостоятельной наукой, а развивалась в русле других наук. Первые научные представления о психике возникли в Древнем мире (Египет, Китай, Индия, Греция, Рим). Они отражались в работах философов, врачей, педагогов. Можно выделить ряд этапов развития научного понимания психики и предмета психологии как науки.

На первом этапе (6 – 5 вв. до н.э. – 17 в. н.э.) явления, изучаемые психологией, обозначались общим термином «душа» и были предметом одного из разделов философии, названного «психологией». Современные

исследователи спорят о происхождении этого термина. Существует две основных версии. Первая – он был придуман в 16 в. либо Ф.Меланхтоном, либо О.Кассманом, либо Р.Гоклениусом (книга последнего, изданная в 1590 г, называлась «Психология»). Вторая – этот термин в 17 веке ввел в употребление немецкий философ Х.Вольф, снабдив его эпитетом «рациональная».

Второй этап развития научной психологии начинается в 17 в. Прогресс естествознания, получивший свое отражение в трудах философов Р.Декарта, Б.Спинозы, Ф.Бэкона, Т.Гоббса, обуславливает смену предмета психологии: им становится *сознание*, познаваемое человеком через *самонаблюдение (интроспекцию)*. Этот этап продолжается до второй половины 19 в.

На третьем этапе (конец 19 – начало 20 века) сознание, как предмет исследования, а также интроспекция, как его метод, подвергаются резкой критике представителями бихевиоризма (от англ. «behavior» - поведение), которые предлагают рассматривать в качестве предмета психологии – поведение.

Среди современных психологов нет единого понимания предмета психологии. Наиболее универсальным его определением, которое не противоречит взглядам большинства исследователей, является следующее. *Предмет* психологической науки составляют *факты* психической жизни, *механизмы* и *закономерности* психики (показать на примере эмоции «гнев»).

Задачи психологии. Современная психология решает две группы задач. Первая – задачи *теоретические*. Их решение предусматривает углубление, расширение, интеграцию (объединение) и систематизацию (приведение в систему) существующих знаний о психике. Вторая – задачи *практические*. Это решение повседневных психологических проблем в разных областях человеческой деятельности (образование, медицина, спорт, бизнес и т.д.).

Психологические знания необходимы человеку, во-первых, для успешного приспособления к изменениям в природе и социальной среде; во-вторых, для более глубокого понимания себя и окружающих, установления с ними эффективных взаимоотношений, в-третьих, для самоусовершенствования, оптимального использования личностного потенциала, повышения эффективности профессиональной деятельности, налаживания успешного взаимодействия со сложной современной техникой и т. п.

Методы психологических исследований

Метод – это способ познания, исследования определенного круга явлений. В психологических исследованиях используются следующие методы.

Наблюдение. Наблюдение – это целенаправленное восприятие тех или иных психических явлений без вмешательства в их ход.

Виды наблюдения:

Вид наблюдения	Содержание
Стандартизированное	Перед началом процедуры наблюдения определяют что наблюдать, как наблюдать, каким образом фиксировать результаты наблюдения, как их оценивать, понимать, и на этом основании делать правильные выводы.
Свободное	Противоположно стандартизированному наблюдению, не имеет предварительно установленных рамок
Внешнее	Способ сбора психологической информации о человеке путем прямого внешнего наблюдения за ним
Внутреннее (самонаблюдение)	Исследование психических явлений, которые возникают в сознании самого психолога-исследователя или тех, кто проводит исследование по его заданию
Включенное	Исследователь является одним из участников процесса, который наблюдается
Невключенное	Не предусматривает личного участия наблюдателя в процессе, который исследуется
Фронтальное	Наблюдение за группой в целом
Индивидуальное	Наблюдение за отдельными членами группы

Способы *регистрации* данных наблюдения: *протокол*, записи в *дневнике наблюдений*.

Условия наблюдения:

1. точность фиксации внешних проявлений (действия, движения, речь, мимика);
2. правильное толкование явлений, которые наблюдаются;
3. систематичность наблюдения.

Примеры.

Опрос. Этот метод базируется на предположении, что нужные сведения о психологических особенностях человека можно получить, анализируя письменные или устные ответы на серию специально подготовленных, стандартных вопросов.

Анкетирование (письменный опрос) - испытуемый не только отвечает на вопросы, но и сообщает определенные сведения о себе (возраст, пол, профессия, уровень образования, место работы, семейное положение и т.п.).

Опросник – список письменных вопросов, на которые должен ответить испытуемый. Вопросы могут быть «закрытыми» либо «открытыми».

Закрытые вопросы предусматривают стандартные ответы, из которых испытуемый должен выбрать один (да, нет, не знаю, согласен, не согласен, трудно сказать). Пример: Часто ли вы чувствуете состояние тревоги? (Да, нет, иногда, не знаю).

На *открытые* вопросы ответ дается в свободной форме. Пример: Расскажите о ситуациях, в которых вы чувствуете состояние тревоги. Встречаются также опросники *смешанного* типа (часть вопросов «закрытые», часть «открытые»).

Письменный опрос позволяет охватить сравнительно большое количество испытуемых.

Устный опрос имеет две формы. Первая - *беседа*. Беседа может проходить в свободной форме. Предварительно определяется только ее тема и основные вопросы, на которые должен ответить испытуемый. Во время беседы возможно изменение темы, появление новых вопросов.

Условия успешной беседы:

1. Установить эмоциональный контакт с испытуемым, поддерживать доброжелательную атмосферу разговора.

2. Избрать, а в случае необходимости, создать для нее неформальные условия.

3. Начинать беседу нужно с темы, которая интересует испытуемого, а затем постепенно перейти к той, которая интересует исследователя.

4. Отдавать преимущество непрямым вопросам.

Примеры беседы.

Вторая форма устного опроса - это *интервью*. Она отличается от первой тем, что содержание вопросов и их последовательность, жестко регламентированы.

После окончания устного опроса исследователь обязательно записывает его результаты.

Тестирование. Тест (от англ. test - «проба») - набор стандартизированных заданий, результат выполнения которых позволяет определить те или другие психологические характеристики испытуемого (уровень интеллекта, тип темперамента, черты характера). Результат тестирования - это в большинстве случаев количественные показатели, которые сравнивают с ранее установленными нормативами.

Виды тестов:

1. Тесты интеллекта (диагностика познавательных процессов, умственных способностей).

2. Личностные вопросники (исследование свойств личности).

3. Проективные методики, которые основываются на гипотезе о том, что любое поведенческое проявление человека является отпечатком (проекцией) его личности. Это совокупность процедур, в которых используются неоднозначные, неопределенные стимулы, которые испытуемый должен конструировать, развивать, дополнять, интерпретировать. Примеры тестов.

Цель тестирования - первичный, предварительный диагноз. Исследователь должен быть специально подготовлен, владеть процедурами математической обработки и психологической интерпретации данных.

Анализ результатов (продуктов) деятельности. Одним из его вариантов является контент-анализ (от англ. content - «содержание»). Во время этой процедуры смысловому анализу по предварительно составленной схеме

подвергаются письменные тексты испытуемых (стихотворения, школьные сочинения на свободную тему, записи в личном дневнике, письма и т.п.).

Задача контент-анализа заключается в том, чтобы, выделив в тексте ключевые слова, словосочетания, темы, использование которых свидетельствует о тех, или иных свойствах личности, поставить соответствующий психологический диагноз. Так, постоянное обращение к теме смерти в поэтическом творчестве может свидетельствовать о тайном желании автора покончить счеты с жизнью. *Метод экспертных оценок.* Экспертами могут быть компетентные лица, которые: а) являются специалистами в какой-либо сфере деятельности (учителя, классные руководители); б) хорошо знают испытуемых (школьников). Эксперты количественно оценивают выраженность того или иного качества (специальные способности: музыкальные, языковые, математические), а исследователь обобщает их оценки и дает им психологическую интерпретацию.

Пример: оценивание музыкальных способностей (слух, память, чувство ритма) по 10 бальной системе. Желательно, чтобы в процедуре оценивания принимало участие не меньше троих экспертов.

Эксперимент. Этот метод предусматривает целенаправленное создание ситуаций, в которых обнаруживаются и могут быть оценены определенные психологические свойства испытуемых.

Виды эксперимента:

1. *Естественный эксперимент* - организуется и проводится в привычных для испытуемого жизненных условиях. При этом экспериментатор минимально вмешивается в ход событий, пытается наблюдать и фиксировать их в «естественном виде».

Пример: исследование зависимости продуктивности запоминания от установки на длительное сохранение материала в памяти.

В одной группе школьников знакомят с материалом, который им следует изучить, причем учитель говорит, что опрос по этому материалу состоится на следующий день. В другой группе при тех же условиях предъявления учебного материала ученикам говорят, что опрос будет произведен через неделю. В действительности учеников спрашивали через две недели в обеих группах. В ходе этого эксперимента были выявлены преимущества установки на длительное сохранение материала в памяти.

2. *Лабораторный эксперимент.* Он предусматривает создания искусственных, «нежизненных» условий, в которых возможно как можно лучше исследовать определенное психическое свойство или процесс. Лабораторный эксперимент проходит в специально оборудованных помещениях. Это дает возможность обеспечить максимальный контроль над его ходом и результатами. Пример: эксперимент с целью исследования «сенсорного голода» (долговременной, более или менее полной изоляции человека от информации, предоставляемой процессами восприятия и ощущения). Испытуемого, который находится в специальном, изолированном от информации аппарате погружают в воду.

Постепенно человек начинает чувствовать сенсорный и эмоциональный голод. При этом у него начинает активно работать воображение, возникают яркие образы, потом появляется заторможенность, депрессия, апатия, которая на короткое время сменяются эйфорией, раздражительность. В последующем наблюдаются стойкие нарушения внимания, памяти, мышления, появляются галлюцинации. Подобный эксперимент используется при подготовке специалистов «экстремальных» профессий.

Перечисленные методы психологического исследования следует применять в комплексе, так, чтобы данные, полученные с помощью одних методов, дополнялись и проверялись с помощью других.

В психологии, как и в медицине, действует закон: «Не навреди!», поэтому, проводя психологические исследования (например, для выпускной работы), необходимо соблюдать ряд этических норм.

1. Методы и приемы получения данных, сами данные, рекомендации, которые разработаны на их основании и т.п., не должны нанести психологический либо физический вред испытуемым.

2. Испытуемые должны, насколько возможно, знать о цели и задачах исследования, в котором принимают участие.

3. Не следует сообщать третьим лицам фамилии и имена испытуемых. В тексте выпускной работы следует приводить их только в зашифрованном виде.

4. Нежелательно передавать кому-либо материалы исследования. Исключение могут составить профессиональные психологи, работающие в учебных заведениях или фирмах, на базе которых написана работа.

Основные отрасли психологии

Структуру современной психологической науки составляют следующие дисциплины: *общая психология* - фундаментальная дисциплина, которая исследует сущность и общие закономерности возникновения, функционирования и развития психики. Она является основой для развития ряда прикладных (специальных) дисциплин, к которым относятся:

Дисциплина	Что изучает
Возрастная психология	Развитие психики на протяжении всей жизни человека;
Педагогическая психология	Психологические основы обучения, воспитания и педагогической деятельности
Социальная психология	Взаимоотношения, возникающие при общении и взаимодействия людей в различных группах (семья, школьный класс, трудовой коллектив и т.п.)
Психология личности	Психологические особенности личности
Психогенетика	Взаимодействие факторов наследственности и среды в формировании психики человека
Дифференциальная психология	Индивидуальные различия в психике

Психодиагностика	Разрабатывает теорию, принципы, инструменты измерения и оценки психических явлений);
Специальная психология	Психику людей с различными отклонения в развитии психики, которые обусловлены врожденными либо приобретенными дефектами НС. Она включает психологию слепых (тифлопсихология), глухих (сурдопсихология), умственно отсталых (олигофренопсихология) и тесно связана с дефектологией
Зоопсихология	Психику животных
Музыкальная психология	Психические явления, которые порождены музыкой, а также особенности личности и профессиональной деятельности музыкантов
Психология творчества	Психологические аспекты творчества

В наше время также успешно развиваются: психология *бизнеса*, психология *спорта*, *военная*, *юридическая*, *медицинская* психология и другие области психологической науки, связанные с разными видами человеческой деятельности.